

Любые сомнения, суждения или страхи, которые вы испытываете по отношению к себе, были усвоены с течением времени — это не истина, это обыкновенные ментальные конструкции.

Вы совершенны именно такой, как есть.

Закройте свои прекрасные глаза.

Вдохните воздух в прекрасное тело.

Очистите прекрасный разум.

Почувствуйте жизненную силу, коей сами являетесь.

Любые сомнения, суждения или страхи, которые вы испытываете по отношению к себе, были усвоены с течением времени — это не истина, это обыкновенные ментальные конструкции.

Вы совершенны именно такой, как есть.

Закройте свои прекрасные глаза.

Вдохните воздух в прекрасное тело.

Очистите прекрасный разум.

Почувствуйте жизненную силу, коей сами являетесь.